ШКОЛА ГАСТРОНОМА

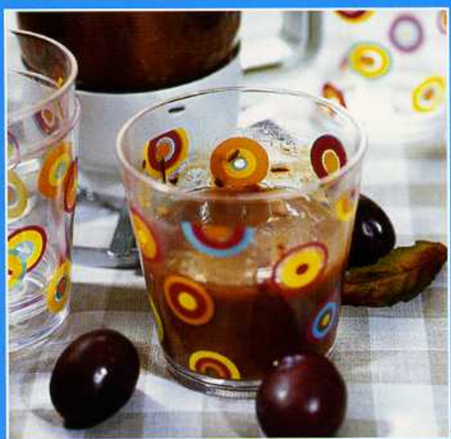
№16 (114) август 2008

журнал для тех, кто любит готовить








www.gastronom.ru

ISSN 1728-6948

■ теплый овощной салат с кедровыми орешками ■ салат из креветок с персиками ■ томатный суп с перцами ■ свинина в сливовом соусе ■ рагу с баклажанами по-марокански ■ белые грибы в сливочном соусе ■ цыпленок в маринаде из кинзы ■ сибас с начинкой из гречки ■ картофельные зразы с грибами ■ овощной торт ■ пирожки с бараниной ■ кексы с виноградом ■ яблочно-карамельный пирог ■ сливовый коктейль



Дорогие друзья!
Пришло время объявить имя счастливого обладателя микроволновой печи Whirlpool! Эта замечательная печка поедет в Великий Новгород к Татьяне Шепелевой, которая прислала потрясающий рецепт рисового пудинга.

Тем временем «Школа гастронома» объявляет новый конкурс блюд для микроволновой печи. Мы проводим его совместно с компанией Samsung. Победители получат просто царские подарки – ЖК-телевизор, холодильник и комплект встраиваемой техники Samsung. Более подробно об условиях конкурса читайте на стр. 16.
Желаем удачи.

Ваша редакция









условные обозначения

вегетарианское питание

легкие рецепты

блюда, которые подходят для детей

рецепты средней сложности

M≈ блюда, которые можно готовить в микроволновой печи

рецепты для опытных кулинаров

* полезный совет

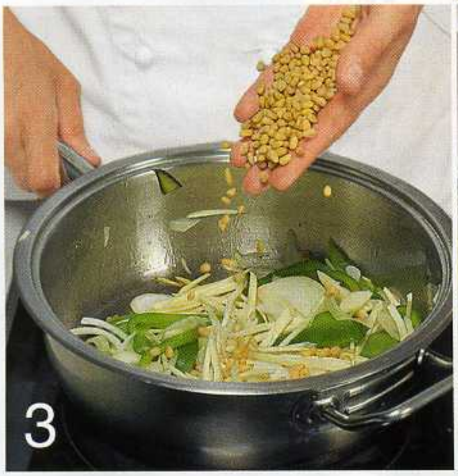
содержание

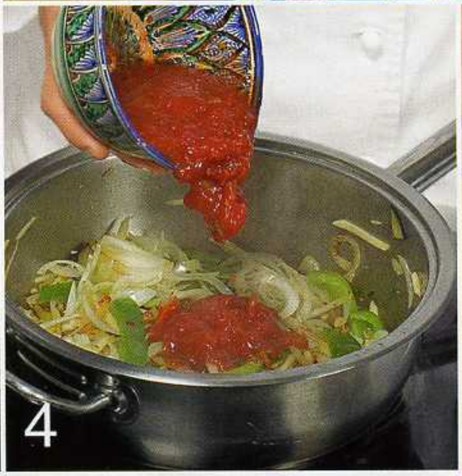


теплый овощной салат с кедровыми орешками













ЧТО НУЖНО:

1 кг	баклажанов
0,5 ст. л.	соли
250 мл	оливкового масла
1	большая луковица
2	стебля черешкового сельдерея
1	красный сладкий перец
2 ст. л.	кедровых орешков
400 г	протертой мякоти томатов
4 ст. л.	красного винного уксуса
1 ст. л.	сахара
2 ст. л.	каперсов
200 г	оливок без косточек
•	пучок петрушки
•	соль, перец по вкусу

Время приготовления: 1 час
Порций: 6
В 1 порции: 549,8 ккал,
белки – 4,8 г, жиры – 50,1 г, углеводы – 19,9 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Баклажаны вымыть и нарезать кубиками со стороной примерно 2 см. Сложить в миску, присыпать солью, перемешать и оставить на 30 мин. Затем промыть теплой водой и обсушить бумажными полотенцами. Лук очистить и нарезать полукольцами. Сельдерей и перец вымыть. Сельдерей нарезать тонкими дольками, перец, удалив сердцевину, – толстой соломкой.

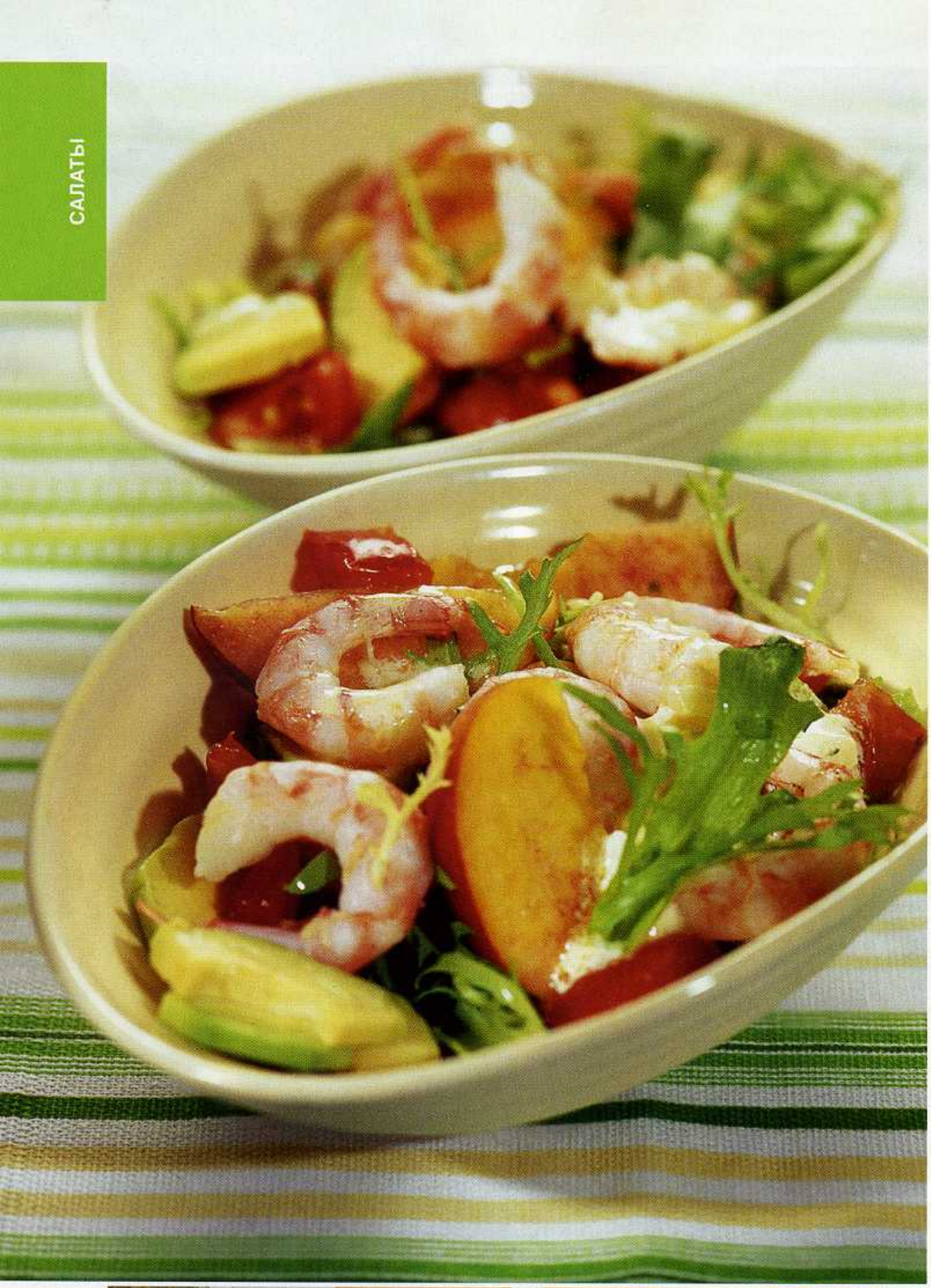
2 В сотейнике разогреть 4,5 ст. л. оливкового масла. На сильном огне порциями обжарить баклажаны, по 4 мин. каждую порцию. Выкладывать на бумажные салфетки, чтобы впитался лишний жир.

3 Уменьшить огонь, добавить еще 2 ст. л. масла, лук и сельдерей. Готовить 5 мин. Положить сладкий перец и орешки. Жарить, помешивая, 2 мин.

4 Влить мякоть томатов и 3 ст. л. воды, приправить солью и перцем, перемешать. Тушить без крышки на среднем огне 10 мин.

5 Каперсы и оливки отбросить на дуршлаг, промыть теплой водой. Оливки разрезать пополам. Добавить в сотейник уксус, сахар, каперсы и оливки, перемешать и готовить 3 мин.

6 Положить баклажаны. Перемешать и держать на среднем огне еще 6 мин. Дать немного остыть. Петрушку вымыть, обсушить и измельчить. Добавить в салат перед подачей.



салат из креветок с персиками

ЧТО НУЖНО:

- **300 г** отваренных креветок
- **3** персика
- **1** авокадо
- **2 ст. л.** лимонного сока
- **4** помидора
- **1** кочан салата фризе
- **100 мл** натурального йогурта
- **2** зубчика чеснока
- **1 ст. л.** белого винного уксуса
- **1 ст. л.** оливкового масла
- соль, перец

Время приготовления: 20 мин.
Порций: 6
В 1 порции: 199,7 ккал,
белки – 12,7 г, жиры – 9,7 г, углеводы – 15,4 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Приготовить заправку. Смешать йогурт, измельченный чеснок, уксус, масло, соль и перец. Дать настояться.

2 Авокадо очистить и нарезать тонкими ломтиками, удалив косточку. Сбрызнуть лимонным соком. Помидоры нарезать кубиками, персики – дольками. Салатные листья нарвать руками.

3 Сложить все в миску, добавить креветки, перемешать.

Отдельно подать заправку.











томатный суп с перцами

ЧТО НУЖНО:

- **500 г** помидоров
- **1** красная луковица
- **2** красных сладких перца
- **2** желтых сладких перца
- **3 ст. л.** оливкового масла
- **2** зубчика чеснока
- **1 ст. л.** сахара
- • соль, черный молотый перец

Для овощного бульона:

- **1** морковка
- **1** луковица
- **1** корень пастернака
- **1** черешок сельдерея

Для крутонов:

- **1** чиабатта
- **1 ст. л.** оливкового масла

Время приготовления: 1 час 20 мин.
Порций: 4
В 1 порции: 396,5 ккал,
белки – 9,0 г, жиры – 18,1 г, углеводы – 49,4 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Приготовить бульон. Морковь, лук и пастернак очистить. В кастрюлю влить 1 л холодной воды, положить очищенные овощи, добавить сельдерей и варить на медленном огне 40 мин.

2 Пока варится бульон, подготовить овощи. Разогреть духовку до 190 °С. Красную луковицу очистить и нарезать на дольки. Из перцев удалить сердцевину, промыть и нарезать кусочками. Помидоры разрезать на четвертинки. В форму для запекания положить перцы, помидоры и красный лук. Чеснок измельчить, перемешать с оливковым маслом. Полученной смесью полить овощи. Запекать 30 мин.

3 Дать овощам слегка остыть. Переложить в кухонный комбайн, добавить 150 мл овощного бульона и сахар.

4 Измельчить овощи в однородное пюре.

5 Перелить пюре в кастрюлю. Добавить оставшийся бульон, приправить солью и перцем. Прогреть, 2–3 мин.

6 Приготовить крутоны. Нарезать хлеб на маленькие кубики, разложить их на противне. Сбрызнуть оливковым маслом. Запекать в духовке при температуре 200 °С 3–5 мин., до золотистого цвета, перевернув 1 раз. Разлить суп по тарелкам. Подать с крутонами, посыпав при желании свежим базиликом.

СПОНСОР РЕЦЕПТА

СТОКМАНН



свинина в сливовом соусе

ЧТО НУЖНО:

800 г свиной вырезки
400 г шампиньонов
500 г брокколи
400 г консервированных водяных каштанов
400 г свежей стручковой фасоли
4 ст. л. оливкового масла
300 г китайского сливового соуса
2 ст. л. соевого соуса
2 ст. л. устричного соуса

Время приготовления: 30 мин.
Порций: 4
В 1 порции: 740,1 ккал,
белки – 56,6 г, жиры – 29,8 г, углеводы – 61,3 г

КСТАТИ

В гастрономах «Стокманн» вы найдете широкий выбор самых различных соусов для приготовления блюд из мяса, рыбы и овощей. Добавьте вашему блюду изысканности и пикантности!



ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Шампиньоны и фасоль вымыть. Грибы нарезать тонкими ломтиками. У фасоли отрезать кончики, разрезать каждый стручок пополам. Каштаны отбросить на дуршлаг, затем разрезать на 4 части.

2 Брокколи вымыть, разобрать на небольшие соцветия. Опустить в кастрюлю с кипящей, чуть подсоленной водой на 3 мин. Отбросить на дуршлаг, обдать холодной водой и отставить.

3 Вырезку вымыть, обсушить и нарезать кусками толщиной 1–1,5 см. Разогреть в большом сотейнике 2 ст. л. оливкового масла. Обжарить мясо, время от времени помешивая, в течение 6 мин.
Влить оставшееся масло, соевый, устричный и сливовый соусы. Перемешать.

4 Добавить фасоль, готовить 2 мин.

5 Затем добавить грибы и каштаны, перемешать и довести до кипения. Уменьшить огонь до среднего. Готовить все вместе 4 мин.

6 Добавить брокколи, перемешать и сразу же снять с огня.





СПОНСОР РЕЦЕПТА

Sayana

рагу с баклажанами по-марокkански

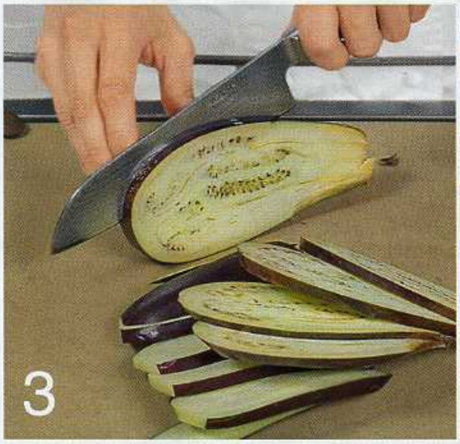
ЧТО НУЖНО:

- **2** крупных баклажана
- **2** больших помидора
- **500 г** говяжьего фарша
- **1** луковица
- **1** морковка
- **1** черешок сельдерея
- **1** стакан молока
- **800 г** томатов в собственном соку
- **3 ст. л.** изюма
- **1 ч. л.** молотого кумина
- **1 ч. л.** молотого кориандра
- **1 ч. л.** молотой корицы
- **4 ст. л.** растительного масла
- • соль, перец по вкусу

Время приготовления: 1 час 30 мин.
Порций: 4
В 1 порции: 569,2 ккал,
белки – 30,8 г, жиры – 32,3 г, углеводы – 38,8 г









ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Лук, морковь и сельдерей очистить, измельчить, обжарить с 2 ст. л. масла, время от времени перемешивая, 5 мин. Добавить фарш и готовить на среднем огне, разминая комки деревянной ложкой, 10 мин.

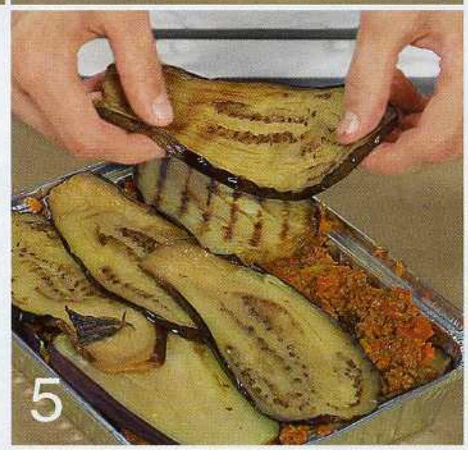
2 Уменьшить огонь, влить молоко. Готовить 2 мин. Томаты размять вилкой, добавить в соус вместе с соком, довести до кипения. Посолить, поперчить и готовить под крышкой 1 ч. Добавить изюм, кумин, кориандр, корицу, соль и перец. Готовить без крышки на небольшом огне еще 15 мин.

3 Баклажаны и помидоры вымыть. Нарезать баклажаны продольными пластинами толщиной 1 см. Положить их на смазанную 1 ст. л. масла алюминиевую форму, сбрызнуть оставшимся маслом и поставить в микроволновую печь на 3 мин. Переложить на блюдо.

4 В ту же алюминиевую форму положить половину соуса, затем половину запеченных баклажанов.

5 Выложить оставшийся соус и оставшиеся баклажаны.

6 Помидоры нарезать тонкими кружками и поместить сверху. Поставить в микроволновую печь на 10 мин. при мощности 100%.





КСТАТИ

Многочисленные тесты немецких и швейцарских исследователей подтвердили, что использование алюминиевой фольги и изделий из нее в микроволновых печах абсолютно безопасно! Кроме того, алюминиевые контейнеры SAYANA пригодны как для замораживания и хранения продуктов, так и для сервировки готовых блюд.



белые грибы в сливочном соусе





Время приготовления: 35 мин.
Порций: 4
В 1 порции: 313,4 ккал,
белки – 14,8 г, жиры – 24,6 г, углеводы – 8,2 г





ЧТО НУЖНО:

4 больших белых гриба
3 ст. л. растительного масла
1 ст. л. муки
0,5 стакана молока + 2 ст. л.
100 г тертого пармезана
- щепотка паприки
- соль по вкусу

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Грибы очистить. Ножки нарезать небольшими кусочками. Шляпки смазать 2 ст. л. растительного масла, обжарить в кастрюле целиком, по 5 мин. с каждой стороны, и переложить на блюдо. Разогреть в этой же кастрюле оставшееся масло и обжарить ножки, 5 мин.

2 В сотейнике размешать молоко с мукой, довести до кипения, но не кипятить. Добавить тертый сыр. Готовить на несильном огне, пока сыр полностью не разойдется.

3 Добавить обжаренные ножки, готовить 2 мин. Соус разлить по 4 тарелкам, присыпать паприкой. В центр каждой тарелки положить обжаренную шляпку.

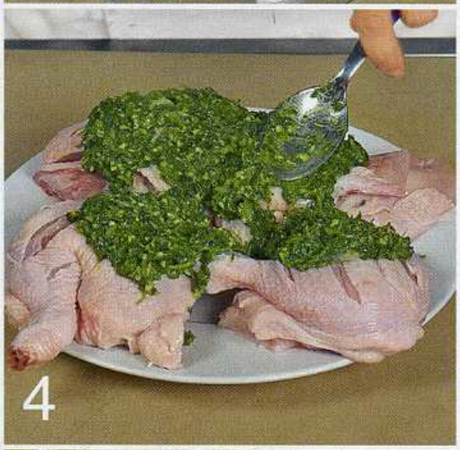


цыпленок в маринаде из кинзы













ЧТО НУЖНО:

- цыпленок весом 1 кг
- **2** пучка кинзы
- **2 ч. л.** черного перца горошком
- **2 ч. л.** крупной морской соли
- **3** зубчика чеснока
- **2 ст. л.** лимонного сока
- **4 ст. л.** растительного масла

Время подготовки: 3 часа
Время приготовления: 15 мин.
Порций: 4
В 1 порции: 642,9 ккал,
белки – 37,2 г, жиры – 54,5 г, углеводы – 0,9 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Цыпленка вымыть, разрезать на 4 части. Чтобы маринад лучше впитывался, сделать на мясе несколько неглубоких надрезов.

2 Кинзу вымыть, разобрать на листики и стебли, стебли нарезать. Чеснок очистить. Поместить в блендер листики и стебли кинзы, чеснок, горошины черного перца и соль. Измельчить в пюре, переложить в миску.

3 Добавить лимонный сок и масло, тщательно перемешать.

4 Обмазать куски цыпленка получившимся маринадом, слегка втирая его в мясо. Накрыть пищевой пленкой и поставить в холодильник на 2 ч. Затем вынуть из холодильника и оставить на 30 мин. при комнатной температуре.

5 Промокнуть куски цыпленка бумажными полотенцами, чтобы убрать лишнюю влагу.

6 Поместить на противень и готовить в микроволновой печи в режиме «Хрустящая корочка» 15 мин.

КСТАТИ

Микроволновые печи Whirlpool Jet Chef комплектуются дополнительным противнем для выпечки. Благодаря системе принудительной конвекции Jet Stream на этом противне можно готовить самые различные блюда – от печенья до ростбифов, добиваясь при этом таких же результатов, как при использовании духовки.





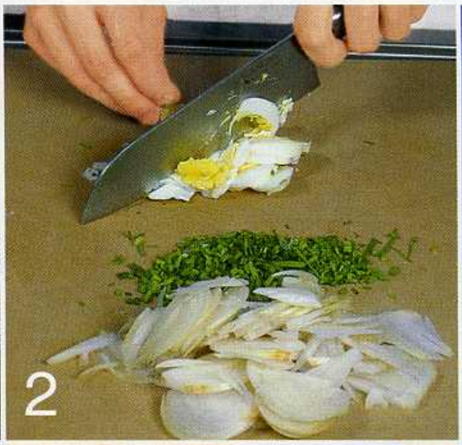
сибас с начинкой из гречки

ЧТО НУЖНО:

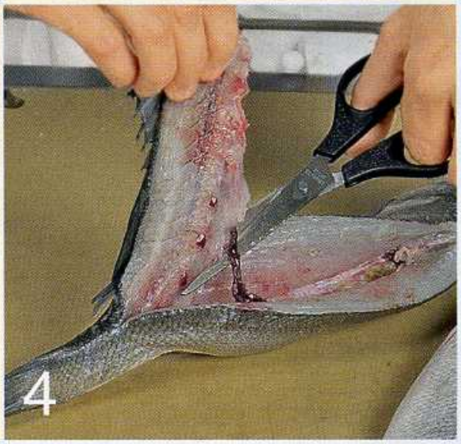
- **2** небольших сибаса
- **0,5** стакана гречневой крупы **Мистраль**
- **2 ст. л.** растительного масла
- **1** большая луковица
- пучок зеленого лука
- **2** яйца, сваренных вкрутую
- **2 ст. л.** сливочного сыра
- **1 ст. л.** сливочного хрена
- соль по вкусу

Время приготовления: 1 час 10 мин.
Порций: 4
В 1 порции: 728,8 ккал,
белки – 58,1 г, жиры – 38,6 г, углеводы – 37,2 г













ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Гречку **Мистраль** вымыть и прокалить, постоянно помешивая, на сухой раскаленной сковороде, 2 мин. В кастрюле вскипятить 1 стакан воды, добавить 0,5 ст. л. масла, щепотку соли и гречку. Довести до кипения, снять пену, уменьшить огонь и варить до готовности, 10 мин. Дать остыть.

2 Репчатый лук очистить, нарезать полукольцами. Зеленый лук вымыть и измельчить. Яйца крупно порубить. Разогреть оставшееся масло, обжарить репчатый лук в течение 6 мин.

3 Смешать в миске гречку, репчатый и зеленый лук, яйца, сливочный сыр и хрен. Посолить по вкусу.

4 Рыбу очистить. Сделать 2 глубоких разреза вдоль хребта, раздвинуть мясо руками. Удалить хребет вместе со спинным плавником, отделяя его от реберных костей с помощью ножниц. Выпотрошить рыбу через получившийся разрез и тщательно промыть. Открыть жаберные щели и ножницами вырезать жабры.

5 Положить рыбу на брюшко и через разрез на спинке нафаршировать получившейся смесью.

6 Каждую рыбу завернуть в фольгу, выложить на противень и поместить в разогретую до 180 °С духовку на 20 мин.

КСТАТИ

Быстроразваривающаяся гречневая ядрица Мистраль получена из отборных зерен пропаренной гречихи, которые проходят многоступенчатую очистку и обязательно промываются перед пропариванием. Она имеет однородный коричневый цвет, приятный аромат и неповторимый вкус. Гречневая крупа обладает большой питательной ценностью, богата растительными белками, витаминами группы В и минеральными веществами, легко усваивается и полезна для здоровья.

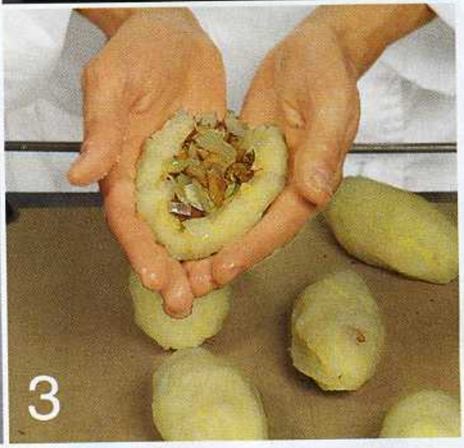


картофельные зразы с грибами









ЧТО НУЖНО:

- **1 кг** картофеля
- **250 г** лисичек
- **2** луковицы
- **2 ст. л.** сливочного масла
- **100 г** сметаны
- соль

Время приготовления: 1 час 10 мин.
Порций: 8
В 1 порции: 186,4 ккал,
белки – 4,0 г, жиры – 7,3 г, углеводы – 26,1 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Картофель очистить, отварить до готовности и размять в пюре. Добавить яйца, сливочное масло и соль по вкусу, тщательно перемешать.

2 Грибы промыть, отварить, 15 мин., мелко порубить. Репчатый лук очистить и нарезать маленькими кубиками. Разогреть на сковороде сливочное масло, положить грибы и лук, слегка посолить и, помешивая, обжаривать в течение 5 мин.

3 Из картофельной массы сформовать лепешки. В центр каждой лепешки положить грибной фарш. Соединить края, придав форму пирожка. Обвалять в муке. Обжарить на сковороде в разогретом масле по 4 мин. с каждой стороны. Перед подачей к столу зразы полить сметаной.



ОВОЩНОЙ ТОРТ

ЧТО НУЖНО:

- **1** красная луковица
- **1** цукини
- **150 г** стручковой фасоли
- **2** зубчика чеснока
- **100 г** шпината
- • веточка базилика
- **75 г** тертого пармезана
- **500 г** сыра маскарпоне
- **4** яйца
- **1 ст. л.** растительного масла
- • соль, перец по вкусу

Время приготовления: 1 час + 3 часа
Порций: 8
В 1 порции: 325,8 ккал,
белки – 20,4 г, жиры – 25,5 г, углеводы – 3,6 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Лук и чеснок очистить, измельчить. Цукини вымыть, разрезать сначала вдоль пополам, затем каждую половинку тонкими ломтиками поперек. У фасоли отрезать кончики, крупные стручки разрезать пополам. Шпинат и базилик вымыть, обсушить. Базилик разобрать на листики.

Разогреть в сковороде масло и обжарить лук, 4 мин. Добавить цукини и фасоль, готовить, помешивая, 6 мин. Положить чеснок и через 1 мин. снять с огня.

2 Переложить обжаренные овощи в большую миску, добавить листья шпината и базилика, приправить солью и перцем, перемешать. Дать овощам остыть.

3 В миску выложить маскарпоне, вбить яйца. Добавить получившуюся смесь к овощам, перемешать.

4 Круглую высокую форму диаметром 20 см смазать сливочным маслом, присыпать 2 ст. л. пармезана. Переложить в нее смесь, разровнять поверхность и присыпать оставшимся пармезаном. Поставить в разогретую до 180 °С духовку на 30 мин. Дать готовому торту остыть до комнатной температуры, затем поставить в холодильник на 3 ч.



Итальянский сыр маскарпоне не так часто, но все же появляется среди ингредиентов наших рецептов. Что делать, если очень многие итальянские и не только блюда без него не приготовить, например, всеми любимый десерт тирамису.

Маскарпоне относится к так называемым свежим сырам. Это незрелые, скоропортящиеся сыры, которые употребляют в пищу сразу после приготовления. Кстати, в эту категорию входит и наш творог. Большинство свежих сыров готовят из кислого молока. А вот маскарпоне делают из цельных сливок, что и объясняет его необычайно нежный вкус и мягкую сливочную текстуру.

Ничего похожего на маскарпоне в России не производят – мы имеем в виду промышленные масштабы. Однако на наших рынках продают очень похожий на этот сыр сливочный творог.

Можно приготовить что-то похожее на маскарпоне и дома. Для этого жирную некислую сметану надо поместить на дуршлаг, застеленный марлей, и оставить на ночь. После того как стечет вся лишняя влага, сметана по вкусу и структуре будет напоминать маскарпоне.





пирожки с бараниной

ЧТО НУЖНО:

- **500 г** муки
- **1 ч. л.** соли
- **7 г** сухих дрожжей
- **300 мл** холодной воды
- **1 ст. л.** сахара
- **50 г** сливочного масла
- **1** яйцо для смазывания

Для начинки:

- **300 г** баранины без костей
- **1** луковица
- **2** веточки кинзы
- **2** веточки укропа
- **50 г** грецких орехов
- растительное масло для фритюра
- соль, перец по вкусу

Время приготовления: 1 час 10 мин.
Порций: 12
В 1 порции: 332,4 ккал,
белки – 10,1 г, жиры – 18,8 г, углеводы – 30,7 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Муку просеять вместе с солью, добавить дрожжи, сахар и нарезанное небольшими кусочками охлажденное сливочное масло. Перемешать до состояния мелких крошек. Тонкой струйкой, размешивая, влить воду. Замесить тесто. Вымешивать тесто не менее 3 мин. Собрать тесто в шар, накрыть и оставить в теплом месте на 30 мин.

2 Баранину вымыть, обсушить и мелко порубить ножом. Лук очистить и измельчить. Зелень вымыть, обсушить и мелко нарезать. Грецкие орехи измельчить в блендере или пропустить через мясорубку. Смешать в миске мясо с луком, зеленью и орехами. Приправить солью и перцем по вкусу.









3 Подошедшее тесто разделить на 12 кусочков. На присыпанной мукой поверхности раскатать каждый кусочек в тонкую лепешку. Выложить на лепешки равными порциями начинку.

4 Соединить края лепешек с трех сторон и защипать «гребешком», чтобы получились треугольные пирожки. Дать расстояться, 10 мин., затем смазать слегка взбитым яйцом.

5 Сильно разогреть в кастрюле растительное масло. Обжаривать пирожки небольшими порциями, по 6 мин.





кексы с виноградом

ЧТО НУЖНО:

- **50 г** муки
- **80 г** измельченного в муку миндаля
- **150 г** сахарной пудры
- **1** пакетик ванильного сахара
- **200 г** мелкого винограда
- **4** яичных белка
- **150 г** сливочного масла
- • щепотка соли

Время приготовления: 35 мин.
Порций: 16 шт.
В 1 порции: 157,9 ккал,
белки – 2,0 г, жиры – 10,4 г, углеводы – 14,0 г



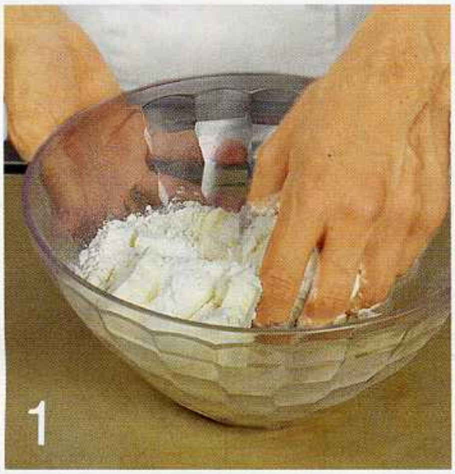


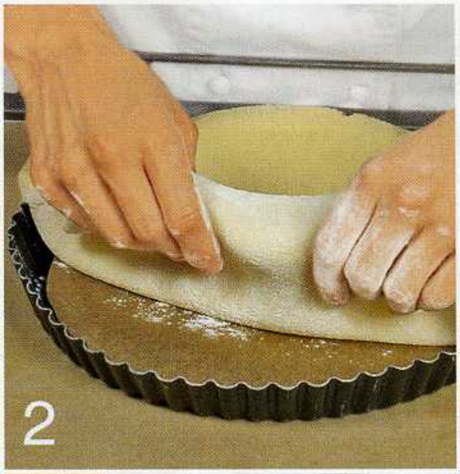
ЧТО ДЕЛАТЬ:

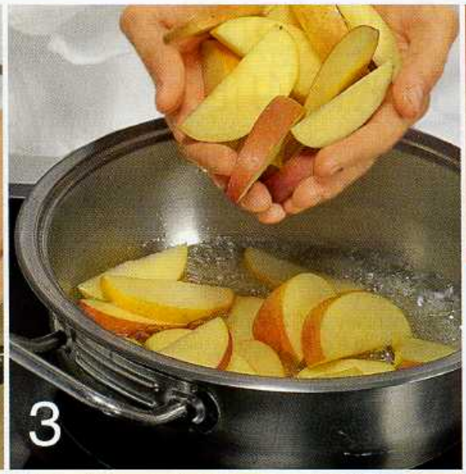
1 Сливочное масло растопить. Смешать просеянную муку, измельченный миндаль, сахарную пудру, ванильный сахар и соль. По одному добавить белки, перемешать. Влить растопленное масло и еще раз перемешать.

2 Наполнить получившейся смесью формочки для кексов, но не до краев. Виноград вымыть, снять с веточки. Разрезать каждую ягоду пополам. Аккуратно углубить в тесто по несколько половинок. Поставить формы в разогретую до 180 °С духовку на 15 мин. Перед подачей к столу присыпать сахарной пудрой.









яблочно-карамельный пирог





ЧТО НУЖНО:

300 г	муки
150 г	сливочного масла
6	яиц
250 г	сахара
8	средних яблок
300 мл	сливок жирностью 35%

Время приготовления: 1 час 35 мин.
Порций: 8
В 1 порции: 615,3 ккал,
белки – 9,3 г, жиры – 32,9 г, углеводы – 70,5 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Муку просеять в миску, добавить 100 г сахара и нарезанное небольшими кубиками охлажденное сливочное масло. Перемешать руками до состояния хлебных крошек.
По одному вбить в тесто 2 яйца. Вымешивать, пока тесто не станет гладким. Скатать тесто в шар, завернуть в пищевую пленку и положить в холодильник минимум на 1 ч.

2 На присыпанной мукой рабочей поверхности раскатать тесто в тонкий круглый пласт. Уложить в круглую форму так, чтобы были закрыты дно и бортики. Лишнее тесто отрезать ножом. Сделать в тесте несколько проколов вилкой. Поставить форму в разогретую до 180 °С духовку на 15 мин. Вынуть из духовки и дать остыть.

3 Яблоки вымыть, разрезать на четвертинки, удалить сердцевину. Нарезать яблоки ломтиками.
Оставшийся сахар пересыпать в сотейник, поставить на средний огонь и готовить, пока он не приобретет темно-коричневый цвет. Выложить яблоки и готовить, постоянно помешивая, 3 мин. Сотейник снять с огня. Яблоки переложить в сито. Несколько раз интенсивно встряхнуть сито над сотейником с карамелью, чтобы стекло как можно больше сока.

4 Разложить яблоки на тесто в виде веера.



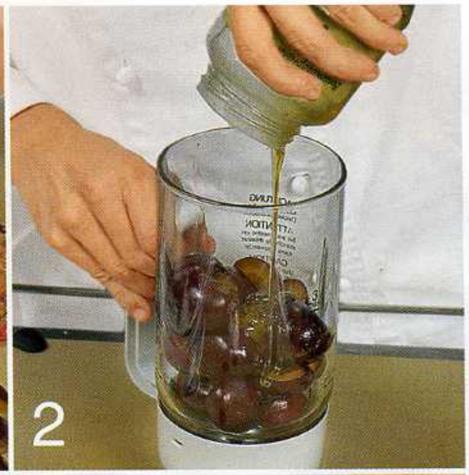
5 Влить в сотейник, где готовились яблоки, сливки и тщательно перемешать с соком и оставшейся карамелью. Дать немного остыть.
Желтки взбить, аккуратно ввести в них сливочную смесь.

6 Влить сливочно-яичную смесь в форму с яблоками. Поставить пирог в духовку на 40 мин.

СЛИВОВЫЙ КОКТЕЙЛЬ

Время приготовления: 7 мин.
Порций: 4
В 1 порции: 114,2 ккал,
белки – 0,9 г, жиры – 0, углеводы – 27,6 г









ЧТО НУЖНО:

400 г слив
3 ст. л. меда
10 кубиков льда

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Сливы вымыть, разрезать пополам, удалить косточки.

2 Положить сливы и мед в блендер, взбить до получения однородного пюре, затем протереть через сито.

3 Добавить лед и взбить еще раз. Попробовать; при необходимости положить еще немного меда. Разлить по бокалам.

В коктейль можно добавить щепотку листиков тимьяна.



Представьте... сделано со вкусом



CE 1175ER-S

Микроволновая печь Samsung с технологией Trio приготовит все за Вас. Ее кулинарные возможности безграничны, внешние данные безупречны. Samsung Trio. Создана для гурманов.

- Технология Trio сокращает время прогрева, обеспечивает равномерную обжарку
- Пароварка AquaCook
- Функция «Очистка паром»

SAMSUNG